

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«СПОРТИВНАЯ ШКОЛА «АЛЬБАТРОС»
352900, Краснодарский край, г. Армавир, ул. Луначарского, 93
БИК 040306000, ИНН 2302059318
КПП 230201001, ОКПО 87959760, ОГРН 1082302000626

ПРИКАЗ

«31» марта 2025 г.

г. Армавир

№ 11-у

**О внесении изменений в дополнительную образовательную программу
спортивной подготовки по виду спорта «плавание»**

МАУ ДО СШ «Альбатрос»

В соответствии с приказом Минспорта РФ от 27.08.2024 № 886 "О внесении изменений в федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта "плавание", утвержденный приказом Министерства спорта Российской Федерации от 16.11.2022 № 1004,

п р и к а з ы в а ю:

1. Внести в дополнительную образовательную программу спортивной подготовки по виду спорта «плавание» МАУ ДО СШ «Альбатрос», утвержденную приказом № 20-у от 24.07.2023 г., следующие изменения:

1.1. Абзац 10 пункта 5 «Виды (формы) обучения, применяющиеся при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки изложить в следующей редакции: «Организация, реализующая дополнительные образовательные программы спортивной подготовки, направляет обучающегося и лиц, осуществляющих спортивную подготовку, на спортивные соревнования на основании утвержденного плана физкультурных и спортивных мероприятий, формируемого в том числе в соответствии с Единым календарным планом межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных

мероприятий, календарным планом физкультурных и спортивных мероприятий субъекта Российской Федерации, календарным планов физкультурных и спортивных мероприятий муниципального образования и соответствующих положений (регламентов) об официальных спортивных соревнованиях.».

1.2. В абзаце 1 пункта 17 «Материально-технические условия реализации Программы» слова «медицинский пункт, оборудованный в соответствии с приказом Минздрава России от 23.10.2020 № 1144н «Об утверждении порядка организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» и форм медицинских заключений о допуске к участию физкультурных и спортивных мероприятиях» (зарегистрирован Минюстом России 03.12.2020, регистрационный № 61238)» дополнить словами «(с изменениями, внесенными приказами Минздрава России от 22.02.2022 N 106н (зарегистрирован Минюстом России 28.02.2022, регистрационный N 67554), от 26.09.2023 N 497н (зарегистрирован Минюстом России 29.09.2023, регистрационный N 75373), действует до 01.01.2027.».

1.3. Таблицу № 5 «Соотношение видов спортивной подготовки и иных мероприятий в структуре учебно-тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки» изложить в редакции приложения № 1 к данному приказу.

1.4. Таблицы №18, №19 пункта 13 «Контрольные и контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки.» изложить в редакции приложения № 2 к данному приказу.

1.5. В таблицах №20, №21, №22, №23, № 24 пункта 13 «Контрольные и контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки.» исключить строку 2.2. со словами «Исходное положение – стоя, держа гимнастическую палку, ширина хвата 60см. Выкручивание прямых рук в плечевых суставах вперед-назад». Нумерацию строк «2.3» заменить на «2.2.», нумерацию строк «2.4.» заменить на «2.3.».

1.6. Исключить из методических указаний по выполнению контрольных упражнений слова «Выкручивание прямых рук в плечевых суставах вперед-назад. Тестируемый берет гимнастическую палку прямым хватом в обе руки и выполняет выкрут прямых рук в плечевом суставе вперед-назад с заданной шириной хвата. При выполнении упражнения обязательно касание корпуса спереди и сзади. Засчитывается количество раз технически верно выполненных выкрутов.».

1.7. Таблицу № 28 «Обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем» изложить в редакции приложения № 3 к данному приказу.

2. Контроль за исполнением приказа оставляю за собой.
3. Приказ вступает в силу с момента его подписания.

Директор
МАУ ДО СШ «Альбатрос»

Н.И. Следь

**«Соотношение видов спортивной подготовки и иных мероприятий
в структуре учебно-тренировочного процесса на этапах спортивной
подготовки**

Таблица № 5

№ п/п	Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Этапы и годы спортивной подготовки			
		Этап начальной подготовки		Учебно- тренировочный этап (этап спортивной специализации)	
		До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет
1.	Общая физическая подготовка (%)	55-57	50-53	43-46	32-35
2.	Специальная физическая подготовка (%)	18-21	23-25	26-29	30-34
3.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	1-2	2-4	9-12
4.	Техническая подготовка (%)	16-19	16-19	16-20	17-22
5.	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%)	3-6	3-6	3-9	3-12
6.	Инструкторская и судейская практика (%)	-	-	1-3	1-4
7.	Медицинские, медико- биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	1-3	1-3	2-4	2-4

».

**«Нормативы общей физической и специальной физической подготовки
для зачисления на этап начальной подготовки 1-го года обучения по
виду спорта «плавание»**

Таблица № 18

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения	
			мальчики	девочки
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Бег на 30 м	с	не более	
			6,9	7,1
1.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			7	4
1.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+1	+3
1.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			110	105
1.5.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			10,1	10,6
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1.	Плавание (вольный стиль) 50 м	-	-	
2.2.	Исходное положение – стоя держа мяч весом 1 кг за головой. Бросок мяча вперед	м	не менее	
			3,5	3

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки
для зачисления и перевода на этап начальной подготовки 2-го года
обучения по виду спорта «плавание»**

Таблица № 19

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения	
			мальчики	девочки
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Бег на 30 м	с	не более	
			6,5	6,8
1.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			10	5
1.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+4	+5
1.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			120	110
1.5.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			9,8	10,2

2. Нормативы специальной физической подготовки			
2.1.	Плавание (вольный стиль) 50 м	-	без учета времени
2.2.	Исходное положение – стоя держа мяч весом 1 кг за головой. Бросок мяча вперед	м	не менее
			4

».

«Обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем

№ п/п	Наименование оборудования и спортивного инвентаря	Единица измерения	Количество изделий
1.	Весы электронные	штук	1
2.	Гантели массивные (от 0,5 до 5 кг)	комплект	2
3.	Гантели переменной массы (от 3 до 12 кг)	комплект	2
4.	Доска для плавания	штук	30
5.	Доска информационная	штук	2
6.	Колокольчик судейский	штук	10
7.	Ласты тренировочные для плавания	пар	30
8.	Лопатка для плавания (большие, средние, кистевые)	пар	60
9.	Мат гимнастический	штук	15
10.	Мяч ватерпольный	штук	5
11.	Мяч набивной (медицинбол) (от 1 до 5 кг)	комплект	2
12.	Поплавки-вставки для ног (колобашка)	штук	30
13.	Пояс для плавания поддерживающий	штук	15
14.	Пояс пластиковый для плавания с сопротивлением	штук	30
15.	Разделительные дорожки для бассейна (волногасители)	комплект	1
16.	Секундомер настенный четырехстрелочный для бассейна	штук	2
17.	Секундомер электронный	штук	8
18.	Скамейка гимнастическая	штук	6
19.	Стартовый тренажер для заплыва на спине	штук	1
		на плавательную дорожку	1
20.	Эспандер резиновый	штук	20

».